

Psykokulttuurikritiikkiä

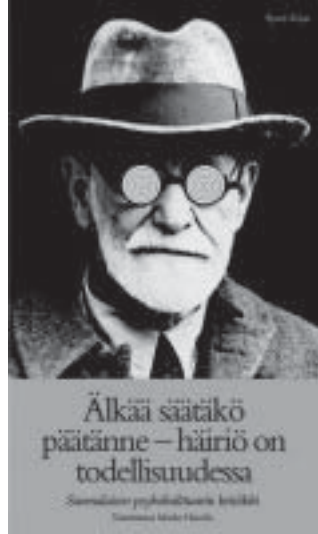
J.P. Roos

Marko Hamilo (toim.): *Älkää säätäkö päätänne, häiriö on todellisuudessa. Suomalaisen psykokulttuurin kritiikki.* Ajatus Kirjat 2007. 208 s.

Marko Hamilo, *Helsingin Sanomien* tiedetoimittaja on kasannut kokoon teoksen, joka jatkaa Janne Kivivuoren (yksi teoksen kirjoittajista) freudilaisen psykologisen tutkimus- ja terapiaperinteen arvostelua. Suomihan on yksi niistä maista joissa Freudilla on edelleen suhteellisen vankat asemat: tunnetut tutkijat vannovat Freudin nimeen, lääkärit ja psykologit katsovat voivansa yhdistää freudilaisuuden ja tieteellisen tutkimuspohjaisen terapian ilman vaikeuksia (joskin nykyään sitä kyllä vähän häpeillään, niin että terapeutit saattavat jopa ajaa sammutetuin lyhdyin ja jättää mainitsematta saamansa freudilaisen koulutuksen). Psykiatrien tai psykologien yliopistokoulutuksessa Freudilla ei ole enää asemaa, mutta yhteiskuntatieteissä ja psykologiassa on. Monet tunnetut julkiset keskustelijat ovat vakaumuksellisia freudilaisia, kuten vaikkapa filosofina esiintyvä Tuomas Nevanlinna. Filosofiansa Freudilla onkin vahva asema. Tämä ei ole mitenkään kummallista kun ajattelee miten paljon muutenkin filosofiansa nykyään saatetaan hyödyntää esoteerisia teorioita. Niin näin lehti on täynnä erilaista pseudofilosofiaa, jolla ei juurikaan ole relevanssia, mutta jolle löytyy muutama harrastaja.

Lähtökohtana Hamilon kirjalle on freudilaispohjaisen psykokulttuurin vahva asema suomalaisessa yhteiskunnallisessa keskustelussa. Suomalaisia ongelmia kuvataan usein mielen-terveydellisiksi, esitetään hämmentävän korkeita lukuja siitä kuinka valtava määrä lapsia tarvitsisi mielen-terveyspalveluita tai valtava määrä masentuneita aikuisia erilaisia terapioiden, parihdeongelmien ratkaisusta puhumattakaan. Sitten tulevat vielä kaikki erilaiset kirjaindiagnoosit, kuten vaikkapa ADHD, jolla kuvataan lapsia jotka aikaisemmin koettiin vain levottomiksi ja häiritseviksi. Toinen tunnettu kirjainyhdistelmä on PTSD, jolla kuvataan niitä vaikeuksia mitä meillä on ikävien ja järkyttävien tapahtumien jälkeen.

Samalla meillä on edelleen – kuten juuri kaikissa psykokulttuurin valtimoissa – jyrkkä vasta-



Kansi: Markus Frey

kohta-asetelma lääkehoidon ja puheterapioiden välillä. Esimerkiksi masennuslääkettä pidetään enemmän tai vähemmän pahana vaihtoehtona, johon turvaututaan pelkästään laiskuudesta tai välinpitämättömyydestä. Hamilon kirjassa lähtökohta on päinvastainen: keskusteluterapiat ovat lähinnä maksullisia ystävyysuhteiden korvikkeita, jotka eivät koskaan korvaa normaaleja ihmissuhteita. Ja kun suurin osa mielen-terveyden ongelmista on luonteeltaan ”todellisia” eikä siis mitään kuviteltuja konstruktioita, niin keskustelulla ei niihin paljoa voida vaikuttaa.

Oireista johtopäätöksiä

Toinen iso ongelma psykokulttuurissa on se, että samalla kun ollaan valmiita uskomaan mitä mahdollisimpiin syy-seuraussuhteisiin, ei luoteta konkreettiseen evidenssiin. Esimerkiksi oireista ollaan valmiita tekemään hyvinkin pitkälle meneviä johtopäätöksiä, jotka pahimmillaan voivat johtaa esimerkiksi viattomien ihmisten tuomitsemiseen lasten seksuaalisesta hyväksikäytöstä, jos lapsi oireilee epämääräisellä tavalla. Tämä ihmisen alitajunnan vaikutusoletus on tyypillistä

freudilaisuutta. Lapsuudessa tapahtuneet asiat tai ehkä vain suhdefantasiat ovat ”kapseloituneet” alitajuntaan ja palaavat sieltä vaivaamaan meitä. Vasta kun tämä alkuperäinen muisto kytetään selvittämään, siis yhdistämään potilaan nykymuistoihin ja vaivoihin, paraneminen on mahdollista.

Moderni muistin ja mielen tutkimus ei pidä tällaista selitysmallia kovinkaan suurena arvossa. Ihmiset muistavat itseään kohdanneet pahat tapahtumat, ja hyödyllisempää kuin niiden esiinkaivaminen on niiden ”normalisoiminen” ja uudelleentulkinta. Aivojen aktiivinen muistityöskentely ja muistojen muokkautuminen on varsin monipuolista: autenttiset, tarkat muistot koskevat tunnetiloja ja elämyksiä, ei tarkasti havainnoituja tapahtumia.

Yksi psykokulttuurin ongelma on, että psykologian hyödyllisyyttä koskevien väitteiden kumoaminen on erittäin vaikeaa ja sitä tehdään vähän. Lääkkeitä testataan, kuten Hamilo huomauttaa, monipuolisesti ja tavoitteena mahdollisten haittavaikutusten selvittäminen sekä lääkkeen hyödyllisyydestä varmistuminen. Jos lääkkeestä ei ole haittaa, mutta ei hyötyäkään, niin sitä ei saisi hyväksyä. Psykologisten teorioiden suhteen tilanne on toinen. Niiden testaaminen ihmiskokeilla on (lähes) mahdotonta ja toisaalta niiden vaikutuksia on mahdoton erottaa muista vaikuttavista tekijöistä. Esimerkiksi ns. pitkien terapioiden arviointi on lähes mahdotonta. Ne tulokset joita on saatu ovat lähes yhtä tyhjän kanssa. Niiden pohjalta saatava hoitosuositus olisi poikkeuksetta: (tälle lääkkeelle) ei voida antaa myyntilupaa.

Kirjassa käydään läpi laaja kirjo erilaisia freudiperäisiä psykokulttuurin ilmiöitä. Keskeisinä ovat vaikkapa koulukiusaaminen, kriisipsykologia, seksuaalirikosten psykologia, työelämän testaaminen. Itse olisin kaivannut lastensuojeluun liittyvää psykologisoitua (varhaislapsuuden vaikutuksesta koko aikuisuuteen) sekä keskustelua vaikkapa yleisistä kateusteorioista joilla torjutaan tulonjaon tasausta puolustavia argumentteja.

Kivivuoren viitoittamaa tietä

Kirjalla on kaksi pääasiallista kirjoittajaa: Marko Hamilo ja Janne Kivivuori. Kirjan lähtökohtana on Kivivuoren psykokulttuuritriologia, joista olisi myös hyvä saada uusia painoksia. Kolmessa kirjassaan, *Psykokulttuuri*, *Psykopolitiikka* ja *Psykokirkko*, Kivivuori on käynyt läpi erilaisia yhteiskunnan psykologisoitumiseen liittyviä ongelmia.

Näiden lisäksi hän on kirjoittanut kirjan ”pahasta tiedosta” jolla on kiinteä yhteys psykologisoitumiseen. Kysymys kuuluukin: miksi vielä tämä kirja? Vastauksena voidaan todeta, että taistelu jatkuu, vaikka Freudin tähti onkin laskenut huimasti. Freudilaisuuteen vakavasti suhtautuvat ovat vähentyneet ja ennen kaikkea lakanneet julistamasta tätä avoimesti (muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta, kuten Markus Lång joka on onnistunut jopa saamaan freudilaisen väitöskirjan hyväksytyksi – musiikkiteieteessä!) Yhteiskuntatieteilijät pitävät edelleen freudilaisuutta paljon legitimiimpänä kuin vaikkapa evoluutio-psykologiaa. Toisaalta psykokulttuurista on tullut kaupallista ja yritysmaailmassa laajalti hyväksyttyä. Kaikenlainen huuhaa on erittäin tuottoisaa. Firmathan eivät oikeasti välitä siitä, onko jostakin hyötyä, kunhan se tuottaa rahaa.

Marko Hamilo on *Helsingin Sanomien* tiedetoimittaja ja on sellaisena edistänyt ansiokkaasti evoluutioteorian ymmärtämistä. Nyt hän kirjoittaa hyvin selväjärkisesti yleensä psykokulttuurista sekä sen konkreettisista ilmiöistä. Hänen artikkelinsa koulukiusaamisesta on todella mainio esimerkki siitä, miten psykokulttuuri voi johtaa ongelman pahenemiseen tai turhaan laajenemiseen. Tämä liittyy empiirisesti väärään teoriaan siitä, että hyvä itsetunto olisi aina positiivinen asia ja että esimerkiksi koulukiusaajilla olisi heikko itsetunto. Todellisuudessa asia on päin vastoin: kiusaajilla on yleensä hyvä itsetunto mutta kiusaaminen ei välttämättä liity itsetuntoon. Kiusaamisen ratkaisuna ei olekaan kiusaajien hoitaminen tai heidän vanhempiensa terapointi vaan yksinkertaisesti kiusaamisen kieltäminen ja estäminen. Järkevä lähestymistapa on siis puuttua kiusaamiseen välittömästi kun se havaitaan tai kun joku valittaa, ei lähettää kiusaajaa pitkään terapiaan hänen itsetuntonsa kohentamiseksi. Sen sijaan kiusatuille terapiasta voisi ehkä olla apua.

Diplomisuoja

Kirjan tärkein artikkeli on Anu Suomelan laaja kirjoitus psykologisesta todistelusta (lapsiin liittyvissä) seksuaalirikoksissa. Useimmitenhan tällaisissa tapauksissa ei ole juurikaan konkreettisia todisteita vaan ainoastaan epäsuoria viitteitä. Ongelmana on silloin, miten lapsi saadaan kertomaan asioista todenmukaisesti ja miten hänen oireitaan tulkitaan. Molemmista näissä psykologeilla ja psykiatreilla on hyvin merkittävä ja liian usein haitallinen rooli. He saattavat teh-

dä mitättömistä tai hyvin yleisluontoisista käyttäytymistavoista yksiselitteisiä oireita. Suomelan luettelo tapauksista, joissa lapset ja vanhemmat ovat saaneet kokea kovia värien epäilysten perusteella, on masentava. Kaikkein masentavinta on, että Suomessa riski huuhaaväitteiden esittämisestä on väittäjälle olematon, jos hänellä on tukenaan joku diplomi. Itse asiassa tässä on myös ilmeinen poikkeus yleiseen psykokulttuuri-ilmiöön: Suomessa ei psyykkisistä kärsimyksistä korvata mitään eikä edes pyydetä anteeksi jos on tullut tehdyksi virheitä. Julkinen valta hakkaa psykokulttuurin vielä mennen tullen.

Marko Hamilon pikku juttu Narsistien uhreista voisi olla paljon laajempi ja perusteellisempi. Kyseessä on hyvä esimerkki siitä, miten psykologiset tulkinnot muuntuvat arkikäyttöön: narsismi on psyko- ja sosiopatian rinnastuva käyttäytymishäiriö, joka on erityisen suosittu avioerojen yhteydessä. Moni eronnut nainen havaitsee entisen miehensä olevan tyyppillinen narsku: itsekeskeinen, manipuloiva, hallitseva ja tunteeeton. Kun tässä vielä naisten turvakodit myötäilevät tulokintaa, niin narsismisytytyksen avulla nainen saa myös lapset itselleen. Tämähän ei ole samalla tavoin riskiväite kuin vaikkapa insesti tai väkivalta, joka voi osua omaan nilkkaan jos se todetaan perättömäksi.

Pasi Jaakkosen kriisipsykologiaa koskeva kritiikki on myös valaiseva. Ajatus siitä, että traumaattista kokemusta täytyy heti ryhtyä puhumalla työstämään perustuu freudilaiseen teoriaan hankalien kokemusten ”torjunnan” haitallisuudesta. Olisi todella tärkeää yrittää tehdä kunnollisia testejä siitä onko kriisiterapiasta hyötyä vai ei. Taas kerran ongelma on myös se, että ihminen jolla on hyvä ystäväverkosto ja joka voi heidän kanssaan keskustella itseään vaivavista kysymyksistä, luultavasti terapoi itseään parhaiten. Mutta sitten on tietysti se, että aina on parempi että joku välittää kuin että kukaan ei välitä.

Hyödyt ja haitat

Kirja on hämäävän kevyt pökkari kun sisältö on varsin painavaa tavaraa. Toki olisi ollut kiiva lukea perusteellisempia artikkeleita psy-

kobisneksen sovelluksista ja ehkä vähemmän Freud-kritiikkiä.

Ehkä olisi ollut hyödyllisempää pohtia enemmän sitä mielenkiintoista ongelmaa, että Freudin teorioille yritetään nykyään antaa tekohengitystä liittämällä niitä uusimpiin kogniotutkimuksen tai genetiikan tuloksiin. Uusin kuulemani psykoanalyysikytkös on ns. ohjausgeenien vaikutus lapsen kehitykseen: jos jonkin kehitysprosessin laukaiseva geeni on ympäristöstä riippuvainen, niin ehkä on sittenkin totta että vanhemman ja lapsen välinen traumaattinen tapahtuma voi vaikuttaa lapsen kehitykseen ja koko elämään! *Suimmies lives!*

Vakavin kritiikkini kohdistuu siihen ongelmaan, että psykokulttuurissa on sekä hyvää että huonoa. On hyviä psykologisia testejä ja pään säätelykin on tieteellisesti mahdollista. Esimerkiksi juuri vaikkapa modernit masennuslääkkeet ovat aidosti pään säätelyä, josta lukuisille ihmisille on kiistämätöntä hyötyä, ilman että todellisuutta mitenkään muutetaan. Toinen esimerkki, johon törmäsin äsken, oli mielikuvaharjoittelu. Kuten tiedämme, ns. peilineuronimekanismi toimii niin, että samat aivoalueet aktivoituvat sekä silloin kun ajatteleme jotain toimintaa ja silloin kun toimimme. Kysymys kuuluu: eikö tästä ominaisuudesta ole hyötyä kun muokkaamme suhtautumista ympäröivään maailmaan?

Tämän kaltaisiin kysymyksiin olisin odottanut kirjalta (myös) konkreettisia vastauksia. Tai sitten harmaiden alueiden laajempaa pohtimista. Mikään ei ole niin altis uskomuksille kuin juuri psykokulttuurin alue, luonnollisista syistä. Ihminen on viritetty uskomaan syy-seuraus-selityksiin siten että hän mieluummin valitsee väärän selityksen kuin hylkää sen. Tätä taipumusta ovat lukemattomat huijarit käyttäneet hyväkseen, mutta siitä on alunperin ollut niin suuri hyöty, ettei evoluutio ole sitä karsinut pois. Isoin ongelma on juuri se, että tällä alueella liikkuu liian paljon diplomeilla varustettuja, teorioihinsa vankasti uskovia ”asiantuntijoita”, joiden teorioilla on epämääräistä tai haitallista vaikutusta. Ja tässä *Älkää säätäkö päätänne* -kirjasta ei ole niin paljon apua kuin voisi odottaa.

Kirjoittaja on Helsingin yliopiston sosiaalipolitiikan professori.